



Der Gründer Jigoro Kano entwickelte die Kampfsportart JUDO zum Ende des 19. Jahrhunderts. Er entfernte aus den unterschiedlichen Jiu-Jitsu-Stilen viele gefährliche und schmerzhaft Elemente und fügte dafür **erzieherische und persönlichkeitsbildende Elemente** auf der Grundlage des Zen-Buddhismus hinzu.

Judo dient:

- **der körperlichen Entwicklung** (z.B. das Bewegungsgefühl, den Gleichgewichtssinn und die Muskulatur) **des Judokas**
- **und soll zur Erziehung und zur Persönlichkeitsbildung** (z.B. Bescheidenheit, Ehrlichkeit, Ernsthaftigkeit, Freundschaft, Hilfsbereitschaft, Höflichkeit, Mut, Respekt, Selbstbeherrschung, Wertschätzung) **des Judokas beitragen.**



Beim Judo-Training der SG Schildow wird Wert darauf gelegt, folgende Philosophien zu vermitteln:

- **Ju** („Sanft, geschmeidig, nachgeben“) – „Sei-Ryoku-Zen-Yo“ (technische Philosophie)
-> „Beste Ausnutzung von Körper und Geist.“
- **Do** („Der Weg als Lebensprinzip/Weg der Persönlichkeitsentwicklung“) – „Ji-Ta-Kyo-Ei“ (moralische Philosophie)
-> „Trainieren zum beiderseitigen Fortschritt und Wohlergehen.“

Graduierungen wurden vom Begründer des Kodokan-Judo, **Jigoro Kano**, Ende des 19. Jahrhunderts eingeführt und sollen den Ausbildungsstand von Judoka widerspiegeln und zu weiteren Fortschritten motivieren.

KANO griff dabei auf Strukturen und Konzepte von Schulen der klassischen japanischen Kampfkünste zurück.

Beachte:

Der Schüler (m/w) zeigt im Rahmen der Prüfung einem meist unabhängigen Prüfer, was sein Trainer/Lehrer ihm an Judo-Wissen und Judo-Verhaltensweisen gelehrt hat.

Mit der Teilnahme an einer Prüfung zur nächsten Graduierung wertschätzt der Trainer/Lehrer seine Schüler für die beim Training erbrachten Leistungen und das gezeigte Judo-Verhalten (-> siehe Judo-Werte) UND der Trainer/Lehrer glaubt an ein Bestehen der Prüfung seines Schülers.

Dem Schüler sollte klar sein, dass er sein Dojo und seine Trainer repräsentiert.

Nach der [Graduierungsordnung des Deutschen Judobundes](#) müssen für die jeweiligen Gürtelstufen **Grundkompetenzen** in den Teilbereichen „**Können**“, „**Wissen**“, „**Selbständigkeit**“ und „**Sozialverhalten**“ erfüllt werden und es sind zwingend Mindestalter und Vorbereitungszeiten für die nächsthöhere Graduierung einzuhalten ([siehe Grundsatzordnung für das Graduierungswesen im Brandenburgischen Judo-Verband](#))

| „Können“ | „Wissen“ | „Selbständigkeit“ | „Sozialverhalten“ |
|---|---|---|--|
| Es werden die der Gürtelstufe zugeordneten Techniken abgeprüft und es wird erwartet, dass auf jeder Stufe die Techniken der vorigen Stufe auf einem höheren Niveau ausgeführt werden können. | Verständnis der Funktionalität von Judo-Techniken. Versteht Judo als Erziehungssystem (->Judo-Werte) Regelkunde (z.B. Regeln im Dojo) | Lernt, übt und trainiert nach Anweisung im Rahmen altersgemäßer Möglichkeiten auch ohne ständige Beobachtung durch Übungsleiter. Findet Lernwege, um das Erlernte selbständig zu üben. | Hält sich an Judo-Etikette, Hygiene und den Ordnungsrahmen im Dojo, zeigt eine Haltung der wechselseitigen Unterstützung im Lernprozess und achtet auf möglichst geringes Verletzungsrisiko. |

Grundlagen für die Entscheidung der Trainer, „wer für eine Prüfung bereit ist“ sind daher:

- Kenntnisse zu dem jeweiligen Prüfungsprogramm (-> Lernt der Prüfling auch zu Hause?)
- Verhaltensweise bei den Trainingseinheiten (-> z.B. Dojo-Regeln, Judo-Werte)
- gezeigte Trainingseinstellung
 - regelmäßige Teilnahme am Training
 - pünktliches Erscheinen
 - lernt, übt und trainiert nach Anweisung ohne andere zu stören und zu verletzen
 - respektvolles Auftreten gegenüber Mitschülern (z.B. *es wird keine(r) ausgelacht*) und Trainern
 - werden Anfänger/„Neue“ unterstützt